

Le Socialiste

42e année - Rs 5.00 - No 108153 - LUNDI 18 NOVEMBRE 2024 «Le courage c'est de chercher la vérité et de la dire» - Jaurès

Un Quotidien d'information, libre et indépendant

La liberté retrouvée La famille mauricienne en fête, hier

MERSI MORIS



A la télé aujourd'hui



06:00	TOUR DE BABEL
06:28	TOUR DE BABEL
07:23	ULTIMATE COUNTDOWN
08:08	LE TEMPS D'AIMER
08:34	AMOUR SECRET
08:59	L'ENVERS DU PARADIS
09:52	RETOUR VERS LE FUTUR 2
11:35	THE GARDENER'S DAUGHTER
12:00	LE JOURNAL DE LA MI-JOURNÉE
12:51	TERRA NOSTRA



06:25	NOS AINES
07:06	LA JOURNÉE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR
07:11	ECLAIRAGE ECONOMIQUE
08:41	ITINERER MORIS
09:01	RODRIG PROG
09:29	MORISIEN KONN OU LA SANTE
10:26	SAVER LOKAL
11:17	RODRIG MO PEI
11:46	RODRIG PROG
12:00	FEMININ PLURIEL
13:02	LA JOURNÉE SOUS LE REGARD DU SEIGNEUR
13:07	ECLAIRAGE ECONOMIQUE
15:24	RODRIG PROG : ZENN AKTIF



07:08	KALARI KIDS
07:21	SERIE
07:36	SERIE
07:51	VED KI SHIKSHAIN
08:17	HINDI HAMARI PEHCHAN
08:43	EXCERPTS FROM SHIV ABHISHEK
09:23	VISHWARANG 2024
09:53	KUNDALI BHAGYA
10:15	KUNDALI BHAGYA
11:18	RADHA KRISHNA - PUNAR MILAN



06:14	RAJAA BETAA
06:46	ANDAAZ
09:17	KUNDALI BHAGYA
09:40	UDAARIYAN
10:17	FANAA - ISHQ MEIN MARJAWAN
10:49	SASURAL SIMAR KA 2
11:13	YASHOMATI MAIYAA KE NANDLALA
11:43	ANUPAMAA
13:37	RAJAA BETAA
14:25	RADHA MOHAN
14:51	BADE ACHE LAGTE HAI 2
15:18	FANAA -



14:08	WASHINGTON FORUM
15:22	BABY EINSTEIN 2
15:28	LES AVENTURES DU PETIT PINGOUIN
15:28	KIKA ET BOB
17:52	KIKA ET BOB
18:00	BREAKING THE SILENCE OVER ENDOMETRIOSIS
18:48	HEALTHY LIVING
19:03	RED CARPET
19:18	STUDENT SUPPORT PROG
19:53	GLOBAL US
20:24	LE TEMPS D'AIMER
20:52	NEWS
21:12	TOP DIVE SITES
21:39	THE PLEASANT VALLEY WAR
22:48	INITIATIVE AFRICA
23:14	EUROMAXX

Le Socialiste

Un Quotidien d'information, libre et indépendant

Directeur-Rédacteur en chef: Vedi Ballah

Administration: 2ème étage, Cubic Court, 30A, rue Mère Barthélemy, Port-Louis
Tel: 214 1584 -- Tel/Fax: 208 8003

E-mail: lapresselibreesocialiste@yahoo.fr

Website: Lesocialiste.info

Facebook: Lesocialiste.info

Inde

Au moins dix nouveaux-nés tués dans l'incendie d'un hôpital



L'incendie d'un hôpital a tué au moins dix nouveaux-nés, dans le nord de l'Inde, a annoncé samedi un responsable du gouvernement local.

Importés par les flammes. Au moins dix nouveaux-nés ont été tués dans l'incendie de l'unité néonatale d'un hôpital à Jhansi, dans le nord de l'Inde, a annoncé samedi un responsable du gouvernement local.

Le feu s'est déclaré à environ 22h30 heure locale, vendredi à l'hôpital universitaire Maharani Lakshmi Bai dans l'Etat de l'Uttar Pradesh.

«Dix enfants sont malheureusement décédés», a déclaré le numéro deux de l'Etat, Brajesh Pathak, aux journalistes présents sur place. «Sept corps ont été identifiés. Trois corps n'ont pas encore été identifiés», a-t-il ajouté.

Selon le journal indien Times Now, 16 autres nouveaux-nés se trouvaient dans un état critique après le drame. Environ une cinquantaine de bébés étaient présents dans l'unité au moment du drame.

La chaîne NDTV a rapporté que 54 enfants se trouvaient dans l'unité de

soins intensifs néonatale quand l'incendie s'est déclaré.

Un court-circuit électrique en cause ?

Selon Brajesh Pathak, un audit de sécurité de l'hôpital avait été effectué en février, suivi d'un exercice d'incendie trois mois plus tard.

«La cause de l'incendie sera examinée», a-t-il ajouté. «Si des manquements sont constatés, des mesures strictes seront prises à l'encontre des responsables et personne ne sera épargné».

Selon un responsable du district, Avinash Kumar, l'incendie a été causé par un court-circuit électrique au sein de l'unité, nous apprend le média indien.

Les médias locaux ont cité d'autres responsables selon lesquels le feu a démarré dans une machine utilisée pour enrichir le niveau d'oxygène dans l'atmosphère de l'unité. La forte concentration de gaz combustible aurait alors permis à l'incendie de se propager rapidement et soudainement, d'où l'ampleur des dégâts humains.

Les Philippines évacuent un demi-million de personnes alors que le super typhon Man-yi touche terre

Un super typhon s'est abattu dimanche sur la plus grande île des Philippines, alors que plus d'un demi-million de personnes cherchaient refuge contre la dernière d'une série de puissantes tempêtes qui menacent le pays.

Le super typhon Man-yi, connu localement sous le nom de Pepito, a touché terre pour la première fois sur la côte de la province insulaire de Catanduanes samedi soir, puis a traversé la mer en direction de l'île principale de la côte de Luçon. Il devrait toucher terre pour la deuxième fois dimanche après-midi, selon l'agence météorologique gouvernementale PAGASA.

Man-yi est le quatrième typhon sans précédent à frapper les Philippines en moins de deux semaines, selon une analyse de CNN de la base de données historique des ouragans de l'Administration nationale américaine des océans et de l'atmosphère. La trajectoire de la tempête devrait être plus au sud que les trois typhons précédents, affectant ainsi beaucoup plus de personnes.

PAGASA a déclaré que Man-yi devrait s'affaiblir considérablement à mesure qu'il se déplace à travers Luçon, qui abrite plus de la moitié de la population du pays. Mais cela pose toujours une « situation potentiellement dangereuse et potentiellement mortelle », a prévenu l'agence dimanche après-midi.

Man-yi a des vents maximums soutenus de 185 kilomètres par heure (environ 115 mph) près du centre et des rafales allant jusqu'à 230 km/h (143 mph) selon PAGASA – l'équivalent d'un ouragan de catégorie 3.

Les Philippines sont frappées par

de multiples tempêtes chaque année, mais le rythme incessant des typhons successifs du mois dernier a compliqué les efforts de rétablissement et des milliers de personnes restent dans des abris d'évacuation.

Le typhon Yinxing a frappé le nord-est des Philippines la semaine dernière, avec des vents équivalents à ceux d'un ouragan de catégorie 4 dans l'Atlantique. Aucune victime n'a été signalée, mais la tempête a apporté des pluies torrentielles, des ondes de tempête et des glissements de terrain.

Avant l'arrivée de Man-yi, plus de 500 000 personnes ont été évacuées dans la région de Bicol, à Luzon, a déclaré un responsable des catastrophes à la radio DZRH, a rapporté samedi Reuters. Ce nombre devrait augmenter.

Au moins 26 000 personnes dans la province de Samar du Nord ont été évacuées vendredi et samedi, selon l'agence de presse gouvernementale philippine (PNA).

18 000 autres personnes ont été évacuées de manière préventive des provinces de Samar oriental et de Samar, a rapporté l'ANP, les patients et les membres du personnel de l'hôpital du district d'Arteche du Samar oriental ayant été évacués vers la salle municipale de la région.

Le chef de la défense civile, Ariel Nepomuceno, a déclaré à Reuters qu'aucune victime n'avait été signalée, même si les vents violents du typhon ont endommagé des maisons, des écoles et des bâtiments commerciaux à Catanduanes.

Le gouverneur de Catanduanes, Joseph Boboy Cua, a également publié sur Facebook que même si les autorités étaient encore en train d'é-

valuer les dégâts, aucune victime n'avait jusqu'à présent été signalée.

La tempête devrait entraîner une onde de tempête potentiellement catastrophique de plusieurs mètres, des vents destructeurs généralisés et des pannes de courant, de graves inondations et des glissements de terrain sur une partie importante de l'est de Luçon.

D'ici dimanche soir, il sortira par l'autre côté de Luzon, quittant les principales îles des Philippines, selon PAGASA.

L'Asie du Sud-Est est déjà l'une des régions du monde les plus vulnérables au climat, avertissent les experts, ce qui la rend plus sensible aux conditions météorologiques extrêmes telles que les vagues de chaleur, les ondes de tempête et les inondations.

Les températures des océans ont été historiquement chaudes cette année, et les océans plus chauds fournissent une énorme source d'énergie permettant aux tempêtes de se renforcer et de s'étendre.

Les océans plus chauds sont suralimentés par la combustion de combustibles fossiles par les humains. Ils sont également un facteur majeur à l'origine de tempêtes plus importantes apparaissant plus tard dans l'année et les scientifiques affirment que cela pourrait devenir plus courant à l'avenir.

Depuis le début de l'année, Manille, la capitale des Philippines, et certaines parties de Luçon ont été victimes d'inondations dévastatrices provoquées par le typhon Gaemi en juillet. En septembre, le pays a également été frappé par le puissant typhon Yagi, qui a fait des dizaines de morts après avoir balayé le sud de la Chine et l'Asie du Sud-Est.

La liberté retrouvée La famille mauricienne en fête, hier



Avant le G20, Macron se rend en Argentine pour «raccrocher» Milei au «consensus international»

Emmanuel Macron est attendu samedi en Argentine pour rencontrer le président ultralibéral Javier Milei, admirateur de Donald Trump, dans l'espoir de le "raccrocher" au "consensus international" à la veille du début du G20 au Brésil.

À la veille du G20 au Brésil, Emmanuel Macron se rend samedi 16 novembre en Argentine pour rencontrer le président ultralibéral et admirateur de Donald Trump, Javier Milei, dans l'espoir de le "raccrocher" au "consensus international".

Le chef de l'État français doit arriver en fin de journée à Buenos Aires, où il sera reçu pour un dîner en tête-à-tête avec son homologue argentin. Ils auront ensuite un autre entretien dimanche.

Le moment est particulier. Javier Milei sera tout juste de retour de Mar-a-Lago, en Floride, où il a rencontré le président élu des États-Unis. Deux hommes ayant en commun une politique de coupes claires dans les dépenses publiques, que Donald Trump veut mettre en œuvre lorsqu'il retournera à la Maison Blanche en janvier et que l'Argentin, qui se décrit comme un "anarcho-capitaliste", pratique depuis son arrivée au pouvoir il y a onze mois.

Milei et Trump caressent aussi tous les deux l'idée de tourner le dos aux grands accords et objectifs climatiques multilatéraux. Dans ce contexte, Emmanuel Macron espère "surmonter" les "divergences", notamment environnementales, pour "convaincre l'Argentine de continuer de participer au consensus international", explique l'Élysée. Et donc "raccrocher le président Milei aux priorités du G20", auquel ils participeront lundi et mardi à Rio de Janeiro.

"Un test pour le poids et l'influence de Macron en Amérique latine"

L'Argentine vient de retirer sa délégation

tion des négociations climatiques de la COP29 à Bakou, et les spéculations vont bon train sur sa possible sortie de l'accord de Paris sur le climat. Un geste que Donald Trump avait lui-même effectué lors de son premier mandat.

"C'est le président Milei lui-même qui a tendu la main" à la France, plaide-t-on à Paris. On avance aussi qu'Emmanuel Macron est l'un des seuls dirigeants étrangers reçus à Buenos Aires depuis l'élection de son homologue, et qu'il peut, avec son expérience des cénacles internationaux, avoir une influence sur celui dont ce sera le premier sommet du G20.

Le président français aime afficher sa capacité à dialoguer avec des homologues controversés, voire ostracisés. Quitte à mettre en scène une certaine proximité, sans nier les divergences – même si les résultats de cette démarche ont été jusqu'ici mitigés.

"Ce sera un test pour le poids et l'influence de Macron en Amérique latine", estime Oscar Soria, un activiste argentin vétéran des négociations climatiques. "S'il n'arrive pas à convaincre Milei de rester dans l'accord de Paris, cela montrera qu'il a perdu de son aura dans la région", ajoute-t-il, redoutant que cela ouvre la voie à d'autres retraits "en cascade" de pays d'Amérique du Sud.

Pour Alejandro Frenkel, de l'Université nationale de San Martín, Emmanuel Macron, qui s'était déjà opposé à l'ex-président brésilien d'extrême droite Jair Bolsonaro sur la déforestation, "a intérêt à s'imposer comme une référence" sur les questions environnementales et à "marquer sa différence".

Il va avancer ces sujets aussi pour expliquer aux pays du Mercosur, dont l'Argentine et le Brésil, pourquoi il s'oppose à la signature d'un accord de libre-échange entre ce



bloc régional et l'UE, dit cet expert en relations internationales à l'AFP.

Hommage aux Français disparus sous la dictature militaire argentine

Alors que les réformes à marche forcée pour ramener Buenos Aires vers l'équilibre budgétaire et tenter de sortir d'une profonde crise économique sont très controversées, la France se montre plutôt élogieuse, jugeant qu'elles "vont dans le bon sens".

Paris entend aussi approfondir les relations économiques, notamment dans le domaine des métaux critiques, alors que le groupe minier français Eramet vient d'inaugurer une mine de lithium en Argentine.

Selon Ariel Gonzalez Levaggi, du Conseil argentin pour les relations internationales, Emmanuel Macron devrait également profiter de sa visite pour faire avancer la possible vente de sous-marins français Scorpène, même si la présidence française

relativise l'état d'avancement des négociations.

"L'Argentine ne dispose actuellement d'aucun sous-marin opérationnel et pour la marine argentine, c'est une priorité", explique-t-il à l'AFP, tout en soulignant que Buenos Aires doit "surmonter un problème de financement".

Dimanche, le président français rendra par ailleurs hommage à la vingtaine de Français disparus et assassinés sous la dictature militaire argentine entre 1976 et 1979, alors que Javier Milei est régulièrement accusé par ses détracteurs de révisionnisme sur cette page sombre de l'histoire de son pays.

Après l'Argentine, puis le G20, Emmanuel Macron se rendra au Chili, où il prononcera notamment jeudi devant le Congrès à Valparaiso un grand discours sur sa politique à l'égard de l'Amérique latine.

Géorgie

Les résultats finaux des législatives confirment la victoire du parti au pouvoir

Des Géorgiens sont descendus samedi dans la rue pour protester après la validation par la commission électorale de la victoire du parti au pouvoir aux élections législatives, un scrutin controversé marqué par des accusations de fraude, des soupçons d'ingérence russe et des appels de l'Occident à mener des enquêtes approfondies. D'après les résultats finaux annoncés par la commission, le parti Rêve géorgien a obtenu 53,93 % des voix, contre 37,79 % pour une coalition de partis d'opposition.

Les Géorgiens ont manifesté samedi après que la commission électorale a entériné la victoire du parti au pouvoir aux élections législatives au résultat controversé, marquée par des soupçons d'ingérence russe et des appels de l'Occident à enquêter sur les allégations de fraude.

Des élections controversées plongent la Géorgie dans la crise politique

La Géorgie est secouée par des manifestations après que la commission électorale a validé la victoire du parti au pouvoir, Rêve géorgien, aux législatives du 26 octobre. Ce scrutin, marqué par des accusations de fraude et des tensions croissantes, a attribué 53,93 % des voix à Rêve géorgien, contre 37,79 % pour une coalition de partis d'opposition. Ces résultats, jugés illégitimes par l'opposition, ont provoqué un



tollé, avec des manifestations de masse dans les rues de Tbilissi et des protestations étudiantes dans plusieurs universités. La présidente géo

rgienne, Salomé Zourabichvili, s'est positionnée contre le gouvernement, appelant à de nouvelles élections pour rétablir la légitimité des institutions. Elle a également accusé Moscou d'avoir orchestré des ingérences dans le processus électoral, évoquant une "méthodologie russe sophistiquée". Malgré ces critiques, le Premier ministre Irakli Kobakhidze a défendu la transparence du scrutin et annoncé que le Parlement nouvellement élu

se réunirait sous peu, sans attendre la convocation présidentielle.

Un avenir européen compromis face à des tensions internes et externes

Les résultats électoraux arrivent à un moment critique pour la Géorgie, dont l'adhésion à l'Union européenne et à l'OTAN est inscrite dans sa constitution. Toutefois, les soupçons de fraude et l'adoption de lois controversées, notamment une loi sur "l'influence étrangère" inspirée de la législation russe, ont refroidi les relations avec Bruxelles. L'UE avait déjà gelé le processus d'adhésion en réaction à ces mesures.

Des organisations internationales et les

alliés occidentaux, notamment Washington et Bruxelles, ont exprimé leurs préoccupations face aux "irrégularités" relevées lors des élections et ont demandé des enquêtes approfondies. Les tensions croissantes entre le parti Rêve géorgien et l'opposition, combinées aux accusations de dérive autoritaire et aux critiques de la société civile, risquent d'aggraver les divisions internes.

Alors que des dizaines de milliers de Géorgiens continuent de manifester leur mécontentement, l'avenir politique du pays semble incertain, entre aspirations européennes et une crise politique majeure.

Peines requises contre Marine Le Pen Une inéligibilité immédiate qui pose question



En demandant que la peine d'inéligibilité de Marine le Pen soit appliquée immédiatement en cas de condamnation dans l'affaire des assistants des eurodéputés, le parquet a déclenché un tir de barrage du RN.

Les réquisitions du parquet de Paris à l'encontre de Marine Le Pen, jugée pour détournements de fonds publics et complicité

ité dans l'affaire des assistants des eurodéputés, ont provoqué la colère des élus RN et de leur cheffe. Au-delà de la peine de cinq ans de prison dont deux ferme requise mercredi, c'est la volonté de l'accusation de rendre la députée du Pas-de-Calais inéligible pendant cinq ans avec effet immédiat qui fait réagir.

Un rappel s'impose : l'inéligibilité est une peine complémentaire qui suppose que le

tribunal constate d'abord que la cheffe de file du RN est coupable. L'article 131-26-2 du Code pénal dispose que cette peine est obligatoirement prononcée pour toute une série d'infractions, dont le détournement de fonds publics. Cette disposition a été introduite par la loi du 15 septembre 2017 sur la confiance dans la vie politique. « On peut se poser la question de la pertinence des peines automatiques, mais ce sont des choses qui arrivent tous les jours dans les tribunaux. Ceux qui ont voté cette loi font aujourd'hui mine de la découvrir », constate Me François Artuphel, avocat pénaliste au barreau de Paris.

Pour autant, le législateur a laissé la possibilité au tribunal de s'affranchir de cette automatité « par une décision spécialement motivée (...) en considération des circonstances de l'infraction et de la personnalité de son auteur ». « Ce pouvoir d'appréciation est essentiel, souligne Fabien Bottini, professeur des universités en droit public à Le Mans Université, car il permet de respecter le principe constitutionnel de l'individualisation de la peine. »

« Dans les faits, la décision spécialement motivée est assez difficile à obtenir », indique Me Artuphel.

Mais ce sont les réquisitions d'exécution provisoire de l'inéligibilité, que le parquet

justifie par le caractère systémique de la fraude mise en place, qui suscitent l'ire du RN, prompt à dénoncer un déni de démocratie. Un tel traitement a, par exemple, été réservé en 2022 à Gaston Flosse, l'ancien président de la Polynésie française. « Les élus, de tous bords, ont pour réflexe de prendre à témoin l'opinion publique et de crier au complot politique, rappelle Fabien Bottini. Mais on est ici au cœur de la tension entre la démocratie et l'État de droit pour savoir qui, du juge ou de l'électeur, doit décider qui sont les candidats. Le statut du parquet en France, à certains égards encore dépendant du pouvoir politique, permet d'entretenir la suspicion. »

La stature politique de Marine Le Pen rend le débat naturellement plus sensible. « Si le débat doit avoir lieu en appel un an avant l'élection présidentielle, les magistrats devront, en cas de condamnation, se poser la question de savoir si l'égalité devant la loi justifie que Marine Le Pen soit traitée comme une élue lambda. Ou à l'inverse si son statut doit conduire à laisser les Français trancher la question de son éligibilité », interroge Me Mathias Chichportich, avocat au barreau de Paris. La pression sur les juges est lourde.

Aux Etats-Unis, Donald Trump nomme l'antivax Robert Kennedy Jr. ministre de la santé

Aux Etats-Unis, c'est un antivax assumé que Donald Trump vient de nommer ministre de la santé.

Robert Fitzgerald Kennedy Jr., ancien avocat et figure du complotisme, s'était présenté à la présidentielle en tant que candidat indépendant, avant de rallier le magnat de l'immobilier, cet été.

Il avait affirmé, entre autres, avoir dû abandonner le cadavre d'un ourson ou

s'être fait retirer un ver du cerveau.

« Pendant trop longtemps, les Américains ont été écrasés par l'industrie alimentaire et les laboratoires pharmaceutiques, qui se sont livrés à la tromperie et à la désinformation en matière de santé publique », a assuré le président élu sur les réseaux sociaux.

Cette nomination, contestée par la communauté scientifique, doit encore être entérinée par le Sénat, à majorité républicaine.



Pollution de l'air en Inde Fermeture de toutes les écoles primaires à New Delhi

Les écoles primaires sont restées fermées par précaution vendredi dans la capitale indienne New Delhi, qui traverse cette semaine son premier « pic » de pollution atmosphérique de la saison.

Pour la quatrième journée consécutive, la qualité de l'air était considérée comme « dangereuse » en plusieurs points de l'agglomération de 30 millions d'habitants, selon l'indice AQI, avec des fortes concentrations en microparticules toxiques.

Les autorités locales ont annoncé jeudi la fermeture jusqu'à nouvel ordre des écoles primaires de la ville, l'interruption des chantiers, l'interdiction de la circulation des véhicules diesel les plus anciens et l'arrosage des zones les plus polluées.

« Le gouvernement a bien fait de fermer les écoles », s'est réjoui auprès de l'AFP un habitant de New Delhi, Satraj. « J'ai un enfant de 8 ans qui souffre de toux depuis quelques jours ».

Selon le protocole imposé par les autorités, les élèves des établissements scolaires fermés continuent à suivre des cours à distance.



Chaque année en début de l'hiver, la capitale indienne est enveloppée d'un épais brouillard constitué des rejets des industries et de la circulation automobile, auxquelles s'ajoutent les fumées des brûlis agricoles

saisonniers.

Ce « smog » est à l'origine de milliers de décès prématurés chaque année, documentés par de nombreuses études scientifiques.

Les concentrations en microparticules PM2.5 sont plus nocives car se diffusant directement dans le sang étaient encore à l'aube plus de 26 fois supérieures à la norme quotidienne tolérée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

Les initiatives des autorités locales pour réduire la pollution sont jusque-là restées vaines.

« Nous n'avons toujours pas été en mesure de répondre à l'urgence », a déploré auprès de l'AFP Sunil Dahiya, de l'ONG Envirocatalysts.

« Comme nous n'avons pas encore réussi à infléchir nos pratiques en matière de transport, de production d'électricité ou de gestion des déchets, les émissions, même limitées, restent bien trop élevées », a-t-il ajouté.

Selon l'OMS, la pollution atmosphérique peut causer des maladies cardiovasculaires et respiratoires ainsi que des cancers du poumon.

Une étude publiée en juin a établi que la pollution de l'air était responsable de 11,5 % de la mortalité à Delhi, soit 12 000 morts par an.

Dix conseils pour éviter le diabète et ses complications

Quelques conseils d'hygiène de vie permettent de prévenir les complications du diabète, voire d'enrayer l'apparition du diabète de type 2 à un stade ultérieur.

En un siècle, nos styles de vie ont radicalement changé pour le meilleur mais également pour le pire... L'industrialisation s'est accompagnée de son lot de stress, de fast-food et de sédentarité, qui sont autant de facteurs de risque dans le développement du diabète de type 2 et de complications des diabètes de type 1 et 2.

Que vous soyez atteint ou non, adopter un mode de vie sain peut diminuer le risque d'apparition de la maladie ou en limiter les complications. Selon votre état de santé et le type de diabète qui vous affecte, une médication (insuline, comprimés, etc.) peut être utile. Toute personne atteinte de diabète peut aujourd'hui mener une vie normale en gérant au mieux sa condition, grâce à quelques ajustements au quotidien.

Adopter un régime alimentaire équilibré

Il n'existe pas à proprement parlé de "régime pour personne diabétique" mais plutôt des conseils d'hygiène alimentaire profitables à tous. Grâce à une alimentation équilibrée, vous pourrez contrôler votre glycémie (taux de sucres dans le sang) mais également stabiliser votre poids et servir d'exemple à l'ensemble de votre entourage.

Pour atteindre cet objectif :

Réduisez la quantité de graisses dans votre alimentation en limitant son usage pour cuisiner. Préférez les aliments grillés, bouillis ou cuits à la vapeur aux aliments frits ;

Évitez les sucreries type gâteaux, biscuits ou bonbons ;

Mangez moins de sel, et préférez d'autres exhausteurs de goût comme les herbes, les épices ou le citron, faites attention aux plats préparés ;

Limitez votre consommation d'alcool ;

Ne sautez pas de repas, veillez à manger à heures régulières et évitez le grignotage.

Pratiquer une activité physique régulière

Nos modes de vie moderne ne favorisent pas l'exercice physique. Cédant à une vie trop sédentaire, la balance entre la consommation des sucres contenus dans le sang et leur stockage penche trop souvent du mauvais côté. Une activité physique régulière permet d'abaisser la quantité de sucre dans le sang et d'améliorer l'action de l'insuline.

Pour tirer un maximum de bénéfices

d'une activité sportive:

- Choisissez une activité sportive qui vous motive et que vous pourriez pratiquer en compagnie ;
- Préférez les escaliers à l'ascenseur ;
- Privilégiez les promenades après les repas ;
- En transports en commun, descendez une station avant votre destination finale et marchez un peu ;
- Faites la même chose en garant votre voiture quelques mètres avant votre rendez-vous.

Si vous êtes inactif(-ve) depuis longtemps, parlez à votre médecin de votre projet de reprise du sport.

Eviter le stress

Le stress peut être un facteur important de déclenchement du diabète. Afin de le limiter, veillez à ne pas négliger votre vie sociale et à vous détendre avec des amis ou en famille. Si vous êtes d'une nature angoissée, apprenez à gérer votre stress. Pourquoi ne pas commencer à pratiquer le yoga, la méditation, la respiration ou encore la sophrologie ?

Arrêter le tabac

Le tabac est un facteur de risque désormais connu du diabète. Il induirait une insensibilité à l'insuline. "Ce sont probablement des mécanismes hormonaux : le tabac a tendance à induire une sécrétion accrue de catécholamines au niveau des surrénales, or ces hormones ont un effet hyperglycémiant", explique le Pr Daniel Thomas, cardiologue.

Il augmente également le risque de complications en cas de diabète. Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer, il suffit de trouver la méthode qui vous correspond.

Surveiller son poids

Le surpoids, particulièrement un excès de graisse abdominale, est également un facteur de risque de diabète, ainsi que de nombreuses maladies. Perdre quelques kilos en cas d'excès de poids voire d'obésité peut être très béné-

fique pour votre santé.

Pas de panique, si vous optez pour un mode de vie sain avec une alimentation équilibrée et que vous réintégrez le sport à vos habitudes, la perte de poids se fera automatiquement. Pas la peine de s'infliger un régime draconien que vous ne tiendrez pas sur le long terme. N'hésitez pas à vous faire suivre par un nutritionniste si vous ne savez pas par où commencer.

Faire le point sur ses facteurs de risque

Certaines personnes sont plus à risque que d'autres. On l'a vu, une alimentation déséquilibrée, un manque d'activité physique, le tabagisme sont des facteurs de risque modifiables. D'autres en revanche ne le sont pas. C'est le cas :

- De l'âge (il y a plus de risque après 40 ans) ;
- Des prédispositions génétiques (si un membre de la famille est atteint de diabète) ;
- Des antécédents (diabète gestationnel, accouchement d'un bébé de plus de 4 kilos).

Une surveillance médicale régulière et une action sur les facteurs de risque modifiables permettent de diminuer les risques ou du moins prendre en charge rapidement et efficacement la pathologie.

Connaître les signes d'alerte et ne pas hésiter à consulter

Si le diabète reste longtemps silencieux, certains signes doivent alerter. Bien les reconnaître permet de réagir vite et d'éviter les complications. Ainsi, une soif intense, une envie fréquente d'uriner, une fatigue et un manque d'énergie, une difficulté de cicatrisation, une vision floue...

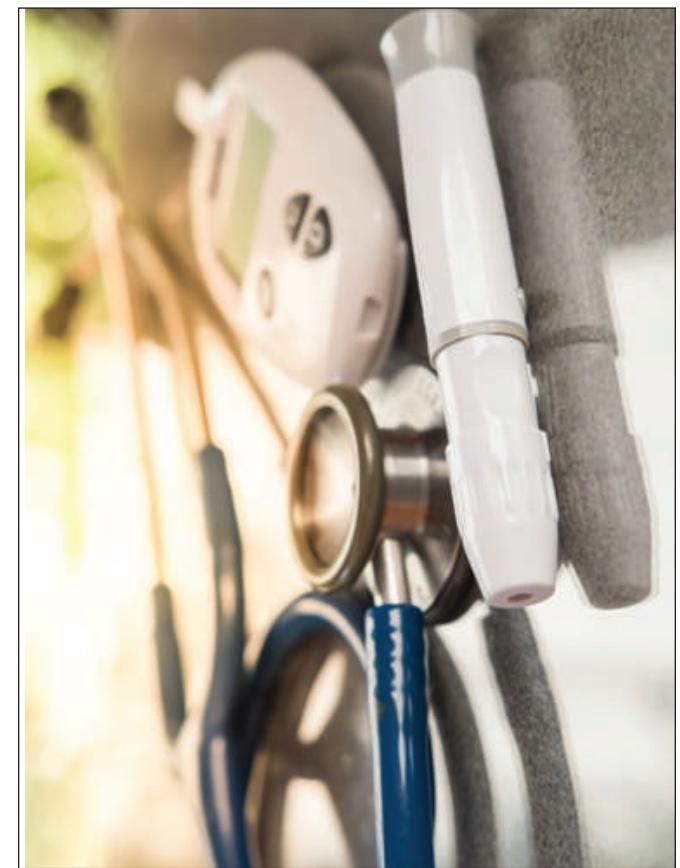
Si vous ressentez un ou plusieurs de ces signes, consultez un médecin pour un bilan de santé. Un simple test sanguin et/ou urinaire permettra de vous rassurer ou au contraire de commencer un traitement en cas de diabète.

Faire attention à certaines pathologies

Certains problèmes de santé favorisent la survenue du diabète de type 2. Il s'agit de l'hypertension artérielle, d'un taux élevé de cholestérol ou de triglycérides dans le sang. Si cela est votre cas, veiller à être bien suivi(e) par votre médecin et à rectifier le tir rapidement grâce aux traitements ou conseils d'hygiène de vie que l'on vous prescrira.

Être vigilante en cas de désir de grossesse

En France près de 10% des femmes enceintes souffrent de diabète gestationnel et ce dernier augmente les risques de développer un diabète de type 2 par la suite. La



prévention du diabète gestationnel se fait surtout en amont de la grossesse en adoptant un mode de vie sain et en pratiquant une activité physique.

Certaines femmes sont néanmoins à risque (antécédent de diabète gestationnel ou antécédents familiaux de diabète, accouchement d'un bébé de plus de 4 kilos, grossesse après 30 ans...), elles doivent alors être dépistées à temps et suivie pour ce diabète afin d'éviter les complications pour la maman comme le fœtus.

Si le diabète est installé, un bon suivi pour le stabiliser

Malgré ces précautions, il se peut que le diabète s'installe, il s'agira alors d'être suivi par des professionnels de santé adaptés (médecin traitant, diabétologue, infirmier, diététicien...) afin de stabiliser la maladie, vivre pleinement et éviter les complications.

Le diabète de type 1 ne peut pas être évité. Indispensable au contrôle de la glycémie, l'insuline est essentielle pour ce type de diabète. Lorsque le corps ne peut fabriquer cette hormone, les diabétiques ont besoin de plusieurs injections de substitution par jour. Les contrôles sanguins réguliers basés sur une auto surveillance permettent aux malades de contrôler leur glycémie et si nécessaire de s'injecter la dose adéquate d'insuline ;

Chez les diabétiques de type 2, la quantité d'insuline produite est trop faible et peut nécessiter dans près d'un tiers des cas des injections pendant une période donnée ou durant la totalité du traitement. Des conseils médicaux avisés permettront aux diabétiques de maîtriser cette maladie au long cours et de vivre normalement.

IN THE SUPREME COURT OF MAURITIUS

(Before the Family Division)

In the matter of:

Thierry Berty Colet

Petitioner (H)

v/s

Marie Cindy Colet (born Constant)

RESPONDENT (W)

NOTICE OF TRIAL

In compliance with an order made on the 03/09/2024, the above-named Petitioner has been authorised to effect substituted service by way of publication.

TAKE NOTICE you, the abovenamed Respondent, in order that you may not plead or pretend ignorance of same, that the above-named Petitioner has caused a petition for divorce to be entered against you before the Supreme Court (Family Division) and that the matter has now been fixed for **MERITS on Monday the 27th January 2025 at 10.00 a.m.** before the Supreme Court House (Family Division), situate at c/r Edith Cavell & Desroches Streets, Port Louis.

NOW TAKE FURTHER NOTICE that you, the abovenamed Respondent, are hereby required, called upon and summoned to be and appear on the day and hour aforesaid on the floor of the above Court, to show cause if any as to why the order prayed for, should not be made by the Court.

WARNING YOU, that the abovenamed Petitioner shall proceed with the above matter whether you be present or not.

Under all legal reservations.

Dated at Port Louis, this 14th day of November 2024.

Me. M. I. DAUHOO
of Cathedral Square, Lislet Geoffroy St, Port Louis.

Attorney for the Petitioner

NOTICE UNDER SECTION 151 OF THE INSOLVENCY ACT 2009

Final Meeting and Dissolution

MAPP INDIAN OCEAN LIMITED ("the company") (In Liquidation)

Notice is hereby given that in compliance with section 151 of the Insolvency Act 2009, a final meeting of the Company and of its Creditors will be held at 206 St James Court, St. Denis Street, Port Louis, Rep of Mauritius on 16 December 2024 at 10.30 hrs and 11.00 hrs respectively.

Agenda:

- To take cognizance of acts and dealing of the liquidator
- To approve the dissolution and disposal of books of the Company
- Any other business

K. F. Ho Fong
Liquidator

Dated: 15 November 2024

Ligue des Nations

Portugal 5 - Pologne 1

Le Portugal étrille la Pologne avec un grand Cristiano Ronaldo, l'Espagne termine aussi en tête

Grâce à un grand Cristiano Ronaldo, le Portugal a largement battu la Pologne et est assuré d'être premier du groupe (5-1). Même chose pour l'Espagne, victorieuse du Danemark (2-1).

L'avant-dernière journée de Ligue des Nations continue de se poursuivre ce vendredi, avec quelques affiches intéressantes. Meilleure nation de la Ligue A et déjà assurée d'être qualifiée pour la phase finale, le Portugal recevait la Pologne, privée du grand Lewandowski pour l'occasion. Désireux de finir sur une bonne note devant leur public, les Portugais ont pourtant été bousculés durant la première mi-temps face à une équipe polonaise qui devait gagner et espérer une large défaite de la Croatie contre l'Écosse pour se qualifier.

Mais le score a finalement bougé en seconde période, grâce à une superbe action collective qui s'est terminée par un superbe centre de Nuno Mendes sur la tête de Leao (1-0, 59e). Après une main dans la surface par la suite, Ronaldo pouvait facile-

ment tromper Bulka sur penalty pour son 134e but en sélection (2-0, 72e), avant un coup de canon de Fernandes, de loin (3-0, 80e), puis un joli but de Neto (4-0, 83e). Et pour la cerise sur le gâteau, CR7 s'offrait un doublé d'un magnifique retourné au second poteau (5-0, 88e). La Pologne, 3e, qui a réduit le score (5-1, 90e), devra donc éviter la dernière place contre l'Écosse, alors que le Portugal est assuré de terminer en tête, avant de défier la Croatie, lundi. Battus par l'Écosse (0-1), les Croates joueront la qualification contre le Portugal.

L'Espagne a assuré la première place

Autre groupe en bataille ce vendredi soir, celui de l'Espagne qui devait également assurer la première place contre le Danemark. Et la Roja a rapidement assuré l'essentiel en ouvrant le score rapidement grâce à Oyarzabal (1-0, 15e). Avant qu'Ayoze Perez ne fasse le break en deuxième période (2-0, 58e). Malgré la réduction du score d'Isaksen en fin de match (2-1, 84e), la Roja assure la première place devant une équipe danoise qui n'est pas



assurée d'être qualifiée.

En effet, la Serbie a arraché le match nul sur la pelouse de la Suisse (1-1) - qui pensait avoir acquis la victoire après avoir marqué tardivement - et aura donc une chance de se qualifier en phase finale si elle l'em-

porte contre le Danemark lors de la dernière journée. En revanche, la Suisse, qui réalise une campagne catastrophique, devra espérer une large défaite de la Serbie pour ne pas terminer en Ligue B.

Suisse 1 - -Serbie 1

La Nati est reléguée

L'équipe de Suisse a concédé le match nul 1-1 vendredi au Letzigrund face à la Serbie. C'est désormais officiel: elle termine dernière de sa poule et descend en ligue B de la Ligue des nations.

La Suisse n'apprend décidément pas de ses erreurs en cet automne funeste. Tenue en échec au Letzigrund face à la Serbie (1-1) dans un match qu'elle aurait dû gagner mille fois, elle est reléguée en ligue B de la Ligue des nations.

Après l'ouverture du score de Zeki Amdouni à la 79e, elle a été crucifiée neuf minutes plus tard de la plus stupide des manières. Elle a, en effet, concédé cette égalisation fatale sur une... rupture de plus de 80 mètres. Comment peut-on prendre un tel but alors que l'on mène au score? Il a été inscrit par Aleksa Terzic.

Avec deux points en cinq rencontres, cette relégation répond à une implacable logique. L'échec est patent. A Murat Yakin d'en tirer toutes les leçons avant le tour préliminaire de la Coupe du monde 2026 que la Suisse entamera en juin prochain. La partie de lundi à Tenerife face à l'Espagne dans un match désormais sans enjeu entre la Roja qui a assuré la première place du groupe après son succès 2-1 à Copenhague contre le Danemark et cette équipe de Suisse qui ne jouera que pour

l'honneur s'apparente désormais à une corvée au soleil.

Une charnière centrale improbable

Un 4-4-2 avec une charnière centrale improbable composée d'Eray Cömert et du néophyte Aurèle Amenda: Murat Yakin a poursuivi dans le même registre que le mois dernier à St. Gall contre le Danemark. La défense à trois, un système qui a parfaitement fonctionné à l'Euro mais qui n'a jamais été la tasse de thé du sélectionneur, a semble-t-il vécu.

A nouveau titularisé comme latéral droit, Edimilson Fernandes a été à l'origine des deux premières occasions de l'équipe de Suisse avec notamment ce centre tendu que Noah Okafor ne pouvait reprendre alors que la défense serbe était battue (28e). Avec Fernandes, mais aussi Zeki Amdouni et Fabian Rieder, le jeu de la Suisse penchait surtout vers la droite. Mais malgré une belle frappe d'Amdouni (43e), le verrou serbe ne devait pas céder avant la pause.

Vingtième néophyte de l'ère Yakin, Aurèle Amenda a connu une belle fraye à la 41e. Le Biennois laissait filer Dusan Vlahovic après un duel perdu à mi-terrain. Mais heureusement pour lui, Eray Cömert pouvait surgir pour dévier en corner la frappe du buteur de la Juventus. A défaut d'offrir toutes les assurances, le Biennois et



le Bâlois tenaient, malgré tout, le choc.

Le premier exploit de Kobel

Après le repos, Cömert pouvait remercier son gardien. Gregor Kobel détournait, en effet, un penalty du capitaine Aleksandar Mitrovic accordé pour une faute du Bâlois sur ce même Mitrovic. Avec son arrêt du pied, Kobel signait, le soir de sa 10e sélection, son premier véritable exploit sous le maillot de l'équipe de Suisse.

Galvanisé par la prouesse de leur gardien, les Suisses reprenaient la main dans

cette rencontre. A la 59e, Amdouni manquait l'immanquable sur un service d'Okafor lors d'une action encore initiée par Fernandes. A la 65e, Murat Yakin tentait d'insuffler un nouvel élan avec les introductions de Dereck Kutesa, de Joël Monteiro et d'Andi Zeqiri pour Okafor, Rieder et un très décevant Embolo. C'est donc avec... six Romands sur le terrain que Murat Yakin a cherché son salut. Il pensait l'avoir trouvé avec le but d'Amdouni, une frappe parfaite après une remise de la tête de Remo Freuler.

Le match Roumanie-Kosovo arrêté après des chants de supporters roumains en faveur de la Serbie

Les joueurs du Kosovo ont quitté la pelouse avant la fin de leur match à Bucarest (0-0) vendredi soir, en raison de chants scandés en faveur de la Serbie dans les tribunes

La politique s'invite au stade, épisode 6.765. Le match Roumanie-Kosovo, disputé vendredi à Bucarest dans le cadre de la 5e journée de la Ligue des nations, n'est pas allé à son terme. Alors que la rencontre était sur le point de s'achever sur le score de 0-0, des chants « Serbia, Serbia » ont été scandés dans les tribunes à la 93e minute de jeu.

Au regard du conflit historique Kosovo-Serbie, ces

chants ont poussé le Lillois Edon Zhegrov et ses coéquipiers à quitter la pelouse en plein-temps additionnel, non sans accrochage avec des joueurs roumains. Les autorités ont dans la foulée décidé d'arrêter définitivement la partie. L'UEFA a indiqué sur son site officiel que le match avait été « arrêté » et que les dernières minutes de jeu restantes ne seraient pas disputées.

Des drapeaux rassemblant Roumanie et Serbie

L'instance européenne ajoute qu'elle « communiquera de plus amples informations en temps voulu ». Avant le match, la Roumanie était première du groupe 2 de la Ligue

C avec 12 points, devant le Kosovo (9 points). La Serbie n'a jamais reconnu l'indépendance de son ancienne province du Kosovo en 2008 et elle y a maintenu, dans les zones serbes, des institutions dites « parallèles », des écoles aux hôpitaux en passant des caisses de retraite.

Environ 100.000 Serbes vivraient au Kosovo, selon de récentes estimations, un chiffre impossible à vérifier car les populations serbes ont boycotté les derniers recensements. La Roumanie ne reconnaît pas non plus l'indépendance du Kosovo. Cet incident s'est accompagné vendredi de drapeaux mélangeant les couleurs de la Roumanie et de la Serbie agités dans les tribunes.

Ligue des Nations

France 0 - Israël 0

La France en quarts malgré un triste nul contre Israël

Ce n'était pas vraiment brillant dans un contexte tendu au Stade de France. Mais la France a au moins assuré son billet pour les quarts de finale de la Ligue des nations. Les Bleus ont cependant été tenus en échec par Israël (0-0) dans un match terne jeudi au Stade de France. Ils devront battre l'Italie, victorieuse en Belgique (0-1), dimanche à San Siro, pour espérer terminer en tête du groupe 2.

Les Bleus retombent dans leurs travers stériles. L'équipe de France a dû se contenter d'un match nul sans but face à Israël, jeudi au Stade de France, lors de la 5e journée de la Ligue des Nations (0-0). Largement dominateurs mais incapables de battre l'excellent Daniel Peretz et sa défense, les hommes de Didier Deschamps offrent leur premier point à des visiteurs qui avaient connu quatre défaites auparavant. Les Bleus valident tout de même leur 2e place du groupe 2 et leur billet pour les quarts de finale car l'Italie est allée battre la Belgique dans le même temps (0-1).

Avec le onze de départ attendu et donc trois relayeurs dans l'entrejeu, les Bleus ont tout de suite mis le pied sur le ballon dans le camp d'Israéliens solidement repliés. Si l'envie et le dynamisme étaient présents, l'inspiration offensive et le tranchant ont globalement fait défaut en première période face à des visiteurs combatifs et efficacement organisés.

Des attaquants intermittents

Peretz, gardien évoluant au Bayern Munich, n'a dû s'employer que sur une tête dans la course de Randal Kolo Muani (19e) et face à un tir rasant de N'Golo Kanté (21e) durant les 45 premières minutes. Le portier a réussi à détourner en corner à chaque fois et sa défense pris le relais ensuite face à Kolo Muani et Michael Olise, disponible mais pas encore emballant, alors que Bradley Barcola ne s'est montré que par intermittence et donc insuffisamment (43e). Entre-temps Israël aurait pu ouvrir le score sur un coup franc excentré dont le



défenseur central Raz Shlomo n'a pas su profiter en manquant sa reprise aux six mètres (36e).

A la reprise, les Bleus ont haussé le ton et le rythme. Ils ont poussé fort en restant positionnés très haut et Eduardo Camavinga a multiplié les belles tentatives (53e, 65e, 67e). Le Madrilène a cependant trouvé Peretz sur sa route ou envoyé le ballon juste à côté de sa cage. Barcola, lui, a été trop altruiste sur un ballon relâché par le portier (61e).

Peretz tient la baraque jusqu'au bout

Ce temps fort tricolore n'a toutefois pas

duré face à une défense israélienne solidaire et qui est parvenue à reprendre son souffle. Deschamps a bien lancé Kingsley Coman, Adrien Rabiot et Christopher Nkunku mais n'a pas changé de système de jeu (71e). Les faits auraient pu lui donner raison si Warren Zaïre-Emery avait trompé Peretz sur sa reprise au point de penalty (76e). Le gardien a réalisé une superbe parade et le jeune Parisien a cédé sa place à Marcus Thuram pour un changement enfin offensif (78e).

Les Bleus sont repartis à l'assaut de la surface adverse et étouffé les visiteurs.

Peretz est pourtant resté infranchissable en captant une tête trop molle de Thuram (90e+3) avant de réaliser un ultime miracle face à Nkunku (90e+7). Victorieux facilement à l'aller (1-4), les Français se contentent d'un score vierge et frustrant cette fois devant une affluence réduite. Qualifiés pour les quarts de finale grâce au succès italien dans le même temps, ils auront une ultime chance de briller dimanche prochain et même d'arracher la première place s'ils battent les Transalpins. Pour cela, il faudra certainement prendre davantage de risques.

Grèce 0 - Angleterre 3

L'Angleterre bat la Grèce et prend la tête de son groupe

Les Anglais ont pris le meilleur sur la Grèce (3-0), en Ligue des nations, jeudi 14 novembre. Grâce à ce succès, l'Angleterre reprend la tête de son groupe et se rapproche d'un retour dans la première division de la compétition.

L'Angleterre, sans plusieurs titulaires dont le forfait a provoqué des remous, a fait coup double jeudi à Athènes avec une victoire 3-0 et une première place de groupe chipée à la Grèce en Ligue des nations.

Les vice-champions d'Europe se sont rapprochés d'un retour dans l'élite de la compétition continentale, qu'ils avaient quittée la tête basse il y a deux ans après une campagne catastrophique, sans la moindre victoire. À Athènes, la nette victoire ne s'est dessinée qu'en fin de seconde période, mais l'équipe dirigée par l'intérimaire Lee Carsley a fait forte impression et fait craquer une défense d'habitude intraitable.

Ollie Watkins (7e) a ouvert le bal, Jude Bellingham a provoqué un but contre-son-camp du gardien Odysseas Vlachodimos (78e) et Curtis Jones (83e) a clos la marque pour ses débuts internationaux. Au classe-

ment, les « Three Lions » comptent douze points et dépassent à la différence de buts leurs rivaux grecs, qui étaient venus les battre 2-1 en octobre à Wembley.

Dans leur stade, dimanche (18 h), les Anglais devront faire le nécessaire contre la république d'Irlande, tandis que la Grèce se déplacera en Finlande, la lanterne rouge. À Athènes, ils ont réussi à éteindre les bruits parasites qui ont accompagné leur début de rassemblement, marqué par la défection massive de neuf joueurs sur forfait.

Kane sur le banc

Le capitaine Harry Kane, à la communication souvent lisse, est monté au créneau mercredi pour rappeler que « l'Angleterre passe avant tout », laissant entendre que les blessures de certains ont pu être exagérées.

A la surprise générale, Carsley a laissé le meilleur buteur de l'histoire des « Three Lions » sur le banc, au coup d'envoi à Athènes, officiellement pour donner « une chance » à sa doublure Ollie Watkins. L'avant-centre d'Aston Villa l'a saisie quasi-immédiatement, en reprenant victorieusement un centre en retrait du très remuant Noni Madueke, bien lancé par Bellingham



dans le couloir droit au départ (7e, 1-0).

Madueke a régulièrement fait des mises à Kostas Tsimikas, le défenseur de Liverpool chargé de le neutraliser. L'ailier de Chelsea a tiré (18e), beaucoup dribblé et centré, aussi, à terre pour Rico Lewis (53e) ou en l'air pour Bellingham, dont la tête a fini sur un poteau (54e). Longtemps incapables de pousser leur avantage, les Anglais ont eu besoin de la main ferme de Jordan Pickford devant Tsimikas (30e) et surtout devant Fotis Ioannidis (63e) pour

continuer à faire course en tête.

Carsley a senti le besoin d'injecter du sang frais, notamment en attaque où il remplaçé ses trois attaquants à la 66e minute, ce qui a permis à Kane d'entrer en jeu. Le buteur du Bayern Munich n'a pas fait trembler les filets, cependant. Les buts sauveteurs sont venus d'une frappe de Bellingham, repoussée par un poteau puis l'arrière du mollet de Vlachodimos (78e), et par une superbe « Madjer » de Curtis Jones (83e), nouveau venu en sélection.